

INSTITUT FRANÇAIS DE NATUROPATHIE APPLIQUÉE
Enseignement Privé

Programme 2012



Formations Professionnelles

Modules à la Carte

ateliers

www.ecole-naturalpes.com
contact@ecole-naturalpes.com

Permanence téléphonique: mercredi, jeudi et vendredi de 14h à 18h > 06 37 50 57 41

Sommaire

L'Institut

Natur'Alpes, Institut Français de Naturopathie Appliquée, est une Ecole Supérieure d'Enseignement des Pratiques de Santé Naturelles. L'école propose une formation week-end sur 3 ans d'études pour devenir Praticien de santé Naturopathe.

Carole Prost, Karen Mouyan et Stéfane Grand sont des Praticiens de santé Naturopathe, tous 3 animés par une passion commune: *l'enseignement*. Grâce à leurs approches différentes et complémentaires, ils ont décidé de fonder l'Institut Français de Naturopathie Appliquée: Natur'Alpes.

L'Originalité de l'institut est axée sur une approche qui se veut à la fois scientifique et pratique. Son objectif est de relier la tradition des savoirs ancestraux, notamment à travers l'étude de la médecine ayurvédique, à la modernité des approches scientifiques telle que la médecine quantique ou la phyto-aromathérapie. Une autre particularité de l'école est d'avoir une vision très riche et très complète de l'alimentation, base fondamentale de la naturopathie. Celle-ci sera enseignée autant à travers l'hygiénisme des fondateurs, que dans ses aspects plus récents représentés par la micro-nutrition. La qualité des aliments, les principes et méthodes propres à l'agriculture biologique seront étudiés en détail dans le cadre d'une approche globale de l'alimentation. Les aliments et produits issus de cette filière feront l'objet d'une mise en pratique culinaire.

L'Institut Français de Naturopathie Appliquée se situe au pied des Alpes, au bord du plus grand lac naturel de France où se pratiquent de nombreuses activités sportives. La situation géographique de Natur'Alpes est un atout privilégié car l'école propose un panel d'outils spécialement adaptés aux sportifs quel que soit leur niveau de pratique. **Aix-les-Bains**, cité lacustre des Alpes est placée 3ème station thermale de France; Natur'Alpes propose donc une formation en hydrothérapie ouvrant ainsi sur des débouchés dans le milieu du thermalisme.
Dans nos activités au quotidien, nous sommes en lien permanent avec la nature, c'est pourquoi l'Institut propose des sorties botaniques dans les massifs: des Bauges, des Belledonnes, de la Chartreuse… afin d'aller à la découverte des richesses de la flore Alpine environnante.

L'école est basée sur une volonté de transmissions afin de promouvoir l'évolution de cette véritable profession qu'est la Naturopathie, ceci grâce aux démarches envers **les Fédérations** telles que **la FENAHMAN** (France) **et l'ASCA** (Suisse) qui apportent aujourd'hui une reconnaissance Européenne et une garantie de compétence aux écoles en fonction du respect d'un certain nombre de critères.

A travers la formation, l'école privilégie **l'écoute et l'accompagnement** de ses futurs étudiants en les encourageant à suivre des modules de perfectionnement organisés par l'institut, en accueillant des chercheurs spécialisés dans leurs domaines; ceci afin d'améliorer en permanence leurs capacités humaines et professionnelles.

Le Programme

Natur'Alpes, Institut Français de Naturopathie Appliquée propose:

Une formation professionnelle de niveau I délivrant un *Certificat de Validation des Acquis* «***Conseiller en Produits Biologiques & Naturels»*** (formation sur 1an).
Ce niveau de formation permet d'acquérir des connaissances sur les produits biologiques, les cosmétiques, les produits de bien-être, d'hygiène et de beauté, les multiples utilisations des huiles essentielles, hydrolats, huiles végétales, plantes séchées ou conditionnées afin d'informer et conseiller la clientèle des magasins diététiques et biologiques.

Une formation professionnelle de niveau II délivrant un *Certificat de Validation des Acquis* ***«Educateur de santé»*** (formation sur 1 an).
Ce niveau de formation permet de mieux appréhender le rôle et les secteurs d'intervention de l'Educateur de santé et d'acquérir la connaissance des causes et des conséquences des facteurs d'intoxication de l'organisme, et de ce fait de reconnaître et d'appliquer les différentes méthodes d'intervention, préventives et curatives, pouvant améliorer la qualité de vie à long terme. Ce cycle de formation forme une étape importante afin de devenir Praticien de santé Naturopathe.

Une formation professionnelle continue délivrant un *Diplôme Privé d'Enseignement Supérieur* ***«Praticien de Santé Naturopathe»*** (formation week-end sur 3 ans).
Cette formation permet de mettre en avant le « savoir faire » dans l'application des connaissances acquises tout au long du cursus de formation. Plus spécifiquement, l'étudiant développera les aptitudes nécessaires à la pratique de la consultation clinique par l'élaboration de dossiers clients, et démontrera son «savoir faire» dans le domaine de la phytothérapie, de la micro-nutrition et de tous les secteurs reliés à la naturopathie.

Au cours de ces formations, **des sorties botaniques** vous seront proposées dans le massif des Bauges, des Belledonnes, de la Chartreuse afin de préserver ce lien permanent qui nous unit à la nature.

Dans un esprit d'ouverture et d'intégration, l'école offre également **des Modules à la Carte** et **des Ateliers** accessibles à tous dont l'enseignement est adapté en fonction du niveau de chacun. Ces enseignements permettent d'approfondir un sujet spécifique.

L'Institut envisage prochainement de mettre en place **des Modules de Perfectionnement** réservés aux professionnels de la santé.

Les Formateurs

Carole PROST

«Je suis passionnée par la nature et par tout ce qui touche à l'alimentation depuis mon plus jeune âge. Après un parcours universitaire assez classique dans le domaine des langues étrangères, je décide d'allier mes deux passions en me formant à la naturopathie à l'âge de 24 ans.
Toujours guidée par mon goût immodéré des bonnes choses, je commence à animer des ateliers de cuisine sur le bassin Chambérien dès la fin de mes études en Naturopathie, je dispense également des formations en cuisine bio, en Fleurs du Dr Bach et en Aromathérapie familiale.
Transmettre des savoirs et des compétences est pour moi un moyen de créer un lien fort avec ceux qui souhaitent apprendre pour enrichir leur quotidien, c'est dans cet esprit que je deviens formatrice pour le réseau Biocoop.
Aujourd'hui, ma rencontre avec Stéfane Grand et Karen Mouyan m'a permis de concrétiser mon rêve : transmettre ma passion du vivant dans le respect de chacun et pour le plaisir de tous !»

• Matières enseignées

Alimentation vivante, Compléments alimentaires, Archéocosmétique et olfactologie, Hygiène vitale de la femme enceinte, Hygiène vitale de l'enfant, Fleurs du Dr Bach, Alimentation et régimes spécifiques, Alimentation pratique, Ateliers huiles essentielles et cosmétique, Morphopsychologie et anamnèse naturopathique.

Karen MOUYAN

«Au début de mes études supérieures, je me suis orientée vers la nutrition (BTS Diététique), puis j'ai découvert la phytothérapie lors d'une formation. Cette rencontre fut importante car elle m'a permis de réaliser que je voulais avoir une approche plus globale de la santé et de l'être humain. C'est ce qui m'a amené à devenir naturopathe.
Depuis je n'ai cessé de me former : licence professionnelle en physiologie et micro-nutrition, nutripuncture, biologie nutritionnelle, hydrothérapie, phytothérapie.
La pédagogie faisant partie intégrante de ma personnalité, c'est ce qui m'a poussé à orienter mon métier vers la communication.
Mon activité est ainsi pleinement satisfaisante car elle me permet de partager, d'échanger, de transmettre mes connaissances à travers les formations que je dispense pour des laboratoires auprès de professionnels de la santé ou auprès d'un centre de formation en Suisse.
Mais l'aboutissement de cette orientation reste incontestablement la création de l'Institut Français de Naturopathie Appliquée : Natur'Alpes. Un projet qui me tenait à cœur depuis de nombreuses années et qui a pu voir le jour grâce à la rencontre de Carole Prost et Stéfane Grand avec qui nous formons une équipe pédagogique très complémentaire.»

• Matières enseignées

Histoire et fondement de la naturopathie, Nutrition, Phytothérapie, Anatomo-Physiologie et Biochimie, Hygiène vitale de l'enfant, Suivi de l'entrainement du sportif de haut niveau, Chronobiologie adaptées à la naturopathie, Micro-nutrition au service de la naturopathie, Techniques réflexes, Hydrologie et hydrothérapie, Médecine quantique.

Stéfane GRAND

«Dès mon plus jeune âge, j'aspirais à devenir Soignant. Aider, soigner et accompagner les personnes dans la maladie étaient des centres d'intérêts qui s'élargissaient à mes yeux sur d'autres formes d'action: l'entretien & le développement de la santé par l'activité sportive. Aussi, avant de devenir Infirmier, suis-je devenu Entraineur sportif en Athlétisme, dans un premier temps et Accompagnateur en ski de Randonnée dans un deuxième temps. Cette ouverture sur l'environnement a été révélatrice des liens indéfectibles qui nous lient avec notre monde.
Des évènements forts dans ma vie m'ont orienté vers cette nouvelle passion: la médecine naturelle et m'ont donné l'élan pour poursuivre mes études et mes voyages dans cette direction. Praticien de santé Naturopathe, Président de l'association chambérienne Naturéa, j'anime depuis 4 ans, des séminaires, des conférences et des ateliers tout en développant mes connaissances afin de maintenir le lien avec les dernières découvertes scientifiques.
Aujourd'hui, avec Carole Prost et Karen Mouyan nous avons créé en région Rhône-Alpes un Institut Français de Naturopathie Appliquée: Natur'Alpes, qui bénéficie d'un enseignement riche et complet. Cette toute nouvelle création est pour moi un merveilleux aboutissement qui se fait dans le partage et la transmission.»

• Matières enseignées

Aromathérapie et hydrolathérapie, Archéocosmétique et olfactothérapie, Ayurvéda, Exercices corporels et respiratoires, Naturopathie et gérontologie, Anatomo-Physio-Pathologie, Bilans biologiques, Suivi de l'entrainement du sportif de haut niveau, Sorties botaniques.

La Naturopathie

La naturopathie est définie par l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé) comme étant la Médecine Traditionnelle Occidentale.

«La naturopathie est un ensemble de pratiques visant à aider l'organisme à guérir de lui-même, par des moyens exclusivement naturels. Elle repose sur une théorie selon laquelle la force vitale de l'organisme permet à celui-ci de se défendre et de guérir spontanément. Elle consiste donc à renforcer les réactions de défense de l'organisme par diverses mesures d'hygiène (diététique, jeûne, relaxation, massage, thermalisme, thalassothérapie...), aidées par les seuls agents naturels (plantes, eaux, soleil, air pur...), un traitement médical ne devant intervenir qu'en cas d'urgence. »

Dictionnaire Larousse Médical 2007

Hippocrate est incontestablement le père de la Médecine Traditionnelle Occidentale. C'est lui qui mit l'alimentation à la 1ère place : *«Que ton aliment soit ton médicament»*. L'alimentation associée à la psychosomatique permis de développer des pratiques chères à la naturopathie (hydrothérapie, massages, techniques respiratoires et corporelles).

«Les hommes prennent peu à peu conscience de leur personnalité, de leur possibilité de réfléchir et d'agir en tant qu'individus libres.»

Hippocrate

Depuis cette époque, l'histoire fut ponctuée de praticiens remarquables qui ont œuvrés pour la reconnaissance et pour l'intégration de la naturopathie dans le système de santé.

Le personnage contemporain le plus représentatif, père et pionnier de la naturopathie en France fut **Pierre Valentin Marchesseau** mais ces dernières décennies ont également été profondément marquées par l'action et l'intégration de praticiens allopathes tels les docteurs en médecine: Jean Valnet, Catherine Kousmine, Jean Seignalet…

Le rôle du Praticien de santé Naturopathe

Toute la réussite d'un entretien en naturopathie repose sur l'écoute et l'accompagnement.

Le Praticien de santé Naturopathe est tel un tuteur permettant à la personne de se révéler à elle-même dans différents domaines de sa personnalité.

La prise en charge de la personne se complète par **la mise en place d'une dynamique thérapeutique**, basée sur des principes naturels (phyto-aromathérapie, nutrition, micro-nutrition…) et parfois axée sur des démarches corporelles (exercices respiratoires, modelage, réflexologie…) ou de gestion émotionnelle (élixirs floraux, lithothérapie, nutripuncture,…).

Les différents moyens mis à la disposition du Praticien de santé Naturopathe permettent à la personne de retrouver **un état l'équilibre global**.

C'est dans cet **esprit de collaboration entre le consultant et le Praticien de santé Naturopathe** que réside la clé de l'autonomie durable, responsable et respectueuse de son écologie intérieure.

Les formations professionnelles

Niveau I :
Conseiller en produits biologiques & naturels

Ce cycle de formation est ouvert à tous les publics et délivre un *Certificat de Validation des Acquis* ***«Conseiller en produits biologiques & naturels».***

Il permet l'apprentissage des bases nécessaires à la maîtrise de sujets divers relatifs à la santé naturelle et aux conseils en produits biologiques. Que ce soit dans le cadre d'une recherche d'emploi dans le secteur de la vente en magasins biologiques et diététiques ou pour améliorer ses connaissances personnelles dans les domaines suivants: nutrition et équilibre alimentaire, phytologie, aromatologie, compléments alimentaires. L'étude de la législation relative au conseil et à la vente de ses produits permettra à l'étudiant de former le socle de sa formation complète en tant que futur «Praticien de santé Naturopathe».

• Organisation de la formation

Ce cycle de formation de niveau I se déroule sur 1 année de janvier à décembre, il comprend 12 sessions dont 9 de 2 jours soit 16h par week-end, 2 sessions de 3 jours soit 24h les 3 jours et 1 stage d'été de 6 jours soit 48h la semaine.
La durée totale de ce niveau est de 289 heures (hors stage en magasin biologique ou magasin diététique).
Après la validation de l'examen final, un *Certificat de Validation des Acquis «Conseiller en produits biologiques & naturels»* sera délivré donnant accès au niveau II «Educateur de santé».

• Public concerné

Prérequis: Niveau BAC demandé. Dans le cas échéant, l'inscription se fera sur dossier avec un entretien préalable et par lettre de motivation manuscrite.
Le C.F.A.P.S.E. est conseillé.

• Débouchés

Magasins spécialisés dans la distribution de produits biologiques et naturels.
Animateur de vente pour les marques de produits biologiques et naturels.

• Programme et Dates 2012

Naturopathie : Histoire et fondement	14 et 15 janvier
Anatomie, Physiologie, Pathologie: 1ère partie	4 et 5 février
Anatomie, Physiologie, Pathologie: 2ème partie Introduction à la nutrition: 1ère partie	3 et 4 mars
Introduction à la nutrition: 2ème partie	28 et 29 avril
Alimentation vivante: 1ère partie	12 et 13 mai
Alimentation vivante: 2ème partie	9 et 10 juin
Stage d'été: Sortie botanique et Phytothérapie	du 7 au 12 juillet
Aromathérapie & Hydrolathérapie	du 31 août au 2 septembre
Complément alimentaire, Oligothérapie et Gemmothérapie: 1ère partie	22 et 23 septembre
Complément alimentaire, Oligothérapie et Gemmothérapie: 2ème partie	du 27 au 29 octobre
Archéocosmétique et Olfactologie	24 et 25 novembre
Stage en magasin biologique ou en magasin diététique	Date à déterminer entre le stagiaire et le magasin
Introduction à l'Ayurveda	8 et 9 décembre
Evaluation des acquis	7 décembre

• Programme détaillé

Naturopathie et fondement > 16h

• L'histoire médicale, la Grèce antique, le courant philosophique d'Hippocrate et d'Aristote, l'empirisme et le rationalisme.

• L'histoire de la naturopathie à travers l'école hygiéniste : vitalisme, humorisme, hygiénisme, holisme, causalisme.

• Ce qu'est la Naturopathie aujourd'hui par le développement des pratiques alternatives, la santé et les Praticiens de santé Naturopathe et la place du Praticien de santé Naturopathe dans la médecine d'aujourd'hui.

• Le code de déontologie et le rôle du Praticien de santé Naturopathe par rapport à la loi médicale.

Anatomie/Physiologie/pathologie > 24h

• Définitions anatomo physiologiques

• La cellule > De la cellule à l'organe: leurs élaborations, leurs fonctions, leurs modes d'actions et de communication.

Notions de métabolisme cellulaire.

• Les émonctoires > tissus cutanéo-muqueux, appareil digestif, appareil respiratoire, appareil urinaire.

Introduction à la Nutrition > 24h

• Identification des différents glucides, lipides, protéines et des substances indispensables pour l'organisme ainsi que leur rôle.

• Etude détaillée de ce qu'est l'indice glycémique ainsi que le facteur limitant.

• Acquisition de l'intérêt de la micro-nutrition : vitamines, minéraux et oligo-éléments au sein de l'organisme.

Alimentation vivante > 32h

• Notion d'équilibre alimentaire en naturopathie > Association d'aliments à privilégier ou à éviter.

• Qualité de l'alimentation aujourd'hui > Polluants alimentaires, additifs, conservateurs, arômes…

• Agriculture Biologique > Connaissance de l'historique, spécificité des différents CDC, labels, contrôles, enjeux pour la santé et l'environnement.

• Connaissance des produits biologiques > Savoir conseiller l'utilisation de produits spécifiques selon leurs propriétés : céréales, légumineuses, huiles, sucres, spécialités au soja, boissons végétales.

• Vertus et propriétés des principaux fruits et légumes.

• Alimentation anti-oxydante et connaissance des substances bio-actives contenues dans les aliments et leur mécanisme d'action.

Stage d'été: sortie botanique et phytothérapie > 6 jours soit 48h

• Reconnaissance des plantes médicinales sur le terrain.

• Historique de la phytothérapie et notion de dilution en gemmothérapie.

• Les différentes formes galéniques et leurs procédés de fabrication.

• Leurs actions par systèmes physiologiques que ce soit en phytothérapie mais également en gemmothérapie.

Aromathérapie et hydrolathérapie > 24h

• Historique des huiles essentielles et des hydrolats.

• Etre en capacité de nommer les différents modes de fabrication des huiles essentielles.

• Connaître les indications et contres indications ainsi que les dangers liés à leur utilisation.

• Savoir faire les liens avec les principales familles biochimiques et la symptomatologie.

• Discerner les essences les plus faciles d'utilisation et d'application.

Complément alimentaire, oligothérapie et gemmothérapie > 40h

• Connaître les super-aliments qui viennent en complément d'une bonne alimentation (argile, procédé d'extraction, séchage et mode d'utilisation; les produits de la ruche et leurs propriétés spécifiques adaptées en fonction des pathologies; l'extrait de pépins de pamplemousse et ses propriétés thérapeutiques; les algues et leurs vertus…)

• Etudes des mécanismes d'actions des oligoéléments et de la gemmothérapie.

Archéocosmétique et olfactologie > 16h

• Histoire des arômes et des cosmétiques de leur apparition jusqu'à nos jours, évocation des sens nosologiques.

• Comment conseiller, mais aussi élaborer (bases théoriques) un produit cosmétique en fonction de la personnalité d'un individu.

• Connaître les dangers de l'utilisation des substances nocives contenues dans les cosmétiques conventionnelles.

• Détails des différents cahiers des charges et leurs exigences pour l'élaboration de produits cosmétiques naturels.

• Connaissances de base de la naturo-cosmétique : huiles végétales, huiles essentielles et hydrolats adaptés selon le type de peau, actifs et conservateurs naturels remarquables…

Introduction à l'Ayurvéda > 16h

• Historique et origines spirituelles (cosmologie Ayurvédique).

• Anatomophysiologie : les humeurs et leurs attributs associés (les Doshas et les Gunas).

• Elaboration d'un profil morpho-psychologique ayurvédique.

Stage en magasin biologique ou en magasin diététique (à repartir entre juillet et décembre) **> 7 jours soit 49h**

Evaluation des acquis par un examen final > 4h

• Tarif

2 375 € au lieu de 2 500 € par remise promotionnelle d'ouverture de 5%.

Niveau II : Educateur de santé

Ce cycle de formation est ouvert aux titulaires du Certificat de Validation des Acquis «Conseiller en produits biologiques & naturels» et délivre un *Certificat de Validation des Acquis* ***«Educateur de santé».***

Il permet de mieux appréhender le rôle et les secteurs d'intervention d'un «Educateur de santé». L'étudiant va acquérir la connaissance des causes et des conséquences des facteurs d'intoxication de l'organisme, et de ce fait de reconnaître et d'appliquer les différentes méthodes d'intervention, préventives et curatives, pouvant améliorer la qualité de vie à long terme. Ce cycle de formation forme une étape importante afin de devenir «Praticien de santé Naturopathe».

• Organisation de la formation

Ce cycle de formation de niveau II se déroule sur 1 année de janvier à décembre, il comprend 12 sessions de 4 jours soit 32 h par week-end prolongé et 2 stages de 7 jours soit 48h la semaine.
La durée totale de ce cycle de formation est de 596 heures.
Après la validation de l'examen final, un *Certificat de Validation des Acquis «Educateur de santé»* sera délivré donnant accès au niveau III «Praticien de santé Naturopathe».

• Public concerné

Prérequis: Certificat de Validation des Acquis «Educateur de santé».
Le C.F.A.P.S.E. est conseillé.

• Débouchés

A ce stade, il y a une orientation professionnelle uniquement pour les professionnels de santé déjà en exercice.

• Programme & Dates 2013

Anatomie/Physiologie/Biochimie/Physiopathologie	du 10 au 13 janvier, du 25 au 28 avril, du 22 au 25 août, 22 sept., 10 octobre, du 21 au 24 novembre, du 12 au 15 décembre
Hygiène vitale de la femme enceinte	du 7 au 9 février
Alimentation (régimes particuliers, cures, diètes, jeûne...)	10 février, 6 et 7 juin
Phytothérapie	du 7 au 10 mars, du 9 au 12 mai
Gérontologie	8 et 9 juin, 4 juillet
Les Fleurs du Dr Bach	du 5 au 7 juillet
Stage d'été	du 15 au 21 juillet
Suivi de l'entrainement du sportif de haut niveau	du 19 au 21 septembre
Aromathérapie Bol d'air Jacquier Bases de la Chronobiologie adaptée à la Naturopathie Sortie botanique Hygiène vitale de l'enfant Exercices corporels et techniques respiratoires	du 11 au 13 octobre du 26 octobre au 1er novembre
Evaluation des acquis par un examen final	janvier 2014

• Programme détaillé

Anatomie/Physiologie/Biochimie/Physiopathologie > 184h

• Biochimie > Notions élémentaires de chimie et de biochimie. Structure de la matière et de l'énergie. Constituants de la matière vivante et réactions. Composés inorganiques et organiques. Etude de la cellule de son cytoplasme et de son noyau. Etude de la synthèse des protéines.
• Appareil digestif > Généralité sur la digestion, définition. Anatomie, histologie et physiologie de la bouche à l'anus. Résumé des différentes actions enzymatiques. Absorption... Pathologies courantes et stratégies nutritionnelles appliquées.
• Le tissu tégumentaire > Etude descriptive des différentes couches de la peau, annexes épidermiques, innervation sensitive et physiologique, principales fonctions. Pathologies.
• Appareil locomoteur > Tissu osseux : ossification et croissance, généralités physiopathologiques.
Description anatomique du squelette. Tissu musculaire lisse et strié : organisation, structure et physiologie de la fibre musculaire.

• Immunologie > Plasma et éléments figurés : globules rouges et blancs. Granulocytes, monocytes, lymphocytes (groupes sanguins…). Immunité à médiation cellulaire, médiation humorale et biothérapies appliquées.
• Appareil respiratoire > Anatomie des voies aériennes supérieures et inférieures, mécanique respiratoire, exploration graphique de la ventilation pulmonaire, contrôle de la ventilation, hématose, (gaz et voie sanguine), déséquilibres homéostatiques du système respiratoire…
• Appareil cardio-vasculaire > Circulation sanguine. Cœur, vaisseaux; physiologie cardiaque et vasculaire; régulation de la tension artérielle. Circulation lymphatique et tissus lymphoïdes, amygdales, rate, thymus…
• Les sens > Goût et odorat, œil et vision, ouïe et équilibre.
• Le système endocrinien et les hormones > Au niveau cérébral, thyroïdien, du thymus, du pancréas, des glandes surrénales, des ovaires et des testicules.
• Le système lymphatique > Connaissance globale de l'être humain et notions de pathologies organiques par système.

Hygiène vitale de la femme enceinte > 24h

• Rappels sur la physiologie de la grossesse.
• Terrain idéal pour favoriser la conception et solutions naturelles pour accompagner les problèmes de fertilité.
• Alimentation spécifique pendant la grossesse, les carences à éviter, les principaux maux pendant la grossesse et leurs solutions naturelles : phytothérapie, hydrolathérapie, fleurs du Dr Bach, techniques respiratoires…
• Préparation à l'accouchement et à l'allaitement.

Alimentation (régimes particuliers, cures, diètes, jeûne) > 24h

• Les régimes alimentaires spécifiques: le régime hypo toxique du Dr Seignalet, le régime selon les groupes sanguins; le régime acide-base; les cures, les mono-diètes, jeunes; le régime crétois (ou méditerranéen), Okinawa…
• Les régimes à proscrire car présentant un risque pour la santé: les régimes hyper protéinés, les régimes dissociés, les régimes mono-aliment…

Phytothérapie > 64h

• Indications et contre-indications de chaques plantes ainsi que leurs précautions d'emploi.
• Conseils et posologie en fonction de la constitution du consultant. Etudes de cas clinique.

Gérontologie > 24h

• Hygiène vitale des 3ème et 4ème âges.
• Prévention et accompagnement des pathologies liées à l'âge.
• Etudes des processus de vieillissements. Lutte anti-radicalaire. Alimentation spécifique…

Les Fleurs du Dr Bach > 24h

• Etude détaillée des 38 fleurs du Dr Bach et les typologies caractéristiques ainsi que l'approche psycho-émotionnelle.
• Préparation d'un ou des élixirs en les sélectionnant à partir: du questionnaire du Dr Bach, des cartes des Fleurs du Dr Bach et du test de kinésiologie.

Stage d'été > 8 jours soit 64h

• Exercices corporels et techniques respiratoires.
• Initiation à la pratique du Yoga et aux techniques respiratoires Yogiques (Pranayama).
• Approfondissement des bases ayurvédiques > Détermination des maladies en fonction des humeurs, des cycles temporels, des saisons, diagnostics par le pouls, la langue et les points Marmas.

Suivi de l'entrainement du sportif de haut niveau > 24h

• Equilibre alimentaire en fonction du type de sport pratiqué.
• Approche du terrain afin de renforcer l'effort musculaire et d'éviter les blessures.
• Micronutrition et entrainement du sportif.

Aromathérapie > 24h

• Aromathérapie et pathologie.
• Description des huiles essentielles et de leurs tropismes en fonction des disciplines: pédiatrie, gynécologie, dermatologie, soins généraux et fin de vie.

Bol d'Air Jacquier > 8h

• Les bases de l'oxygénation cellulaire, la méthode et l'utilisation du bol d'air.
• Personnalisation en fonction des besoins : sportif, terrain allergique, principes antioxydants, soutien au système nerveux…

Bases de la Chronobiologie appliquée à la Naturopathie > 8h

• Etude des bases de la Chronobiologie alimentaire et de l'équilibre alimentaire en tenant compte de l'activité des organes et des réactions du corps.

Sortie botanique > 8h

Exercices corporels et respiratoires > 8h

Hygiène vitale de l'enfant > 24h

• L'évolution psycho-physiologique de l'enfant, du premier âge à la scolarisation.
• Alimentation et principes d'hygiène de vie adaptés (pollutions alimentaires et environnementales).

• Réglage alimentaire en fonction des pathologies.
• Phyto-aromathérapie adaptée à l'enfant et études de cas en fonction des pathologies.
Evaluation des acquis par un examen final > 4h janvier 2014

• Tarif

2 820 € au lieu de 3 100 € par remise promotionnelle d'ouverture de 5%.

Niveau III : Praticien de santé Naturopathe

Cette formation finale est ouverte aux titulaires du Certificat de Validation des Acquis «Educateur de santé» et délivre un *Diplôme Privé d'Enseignement Supérieur **«Praticien de santé Naturopathe»**.*

Cette formation est l'aboutissement qui permet de mettre en avant le savoir faire dans l'application des connaissances acquises tout au long de ce cursus de 3 ans. Plus spécifiquement, l'étudiant développera les aptitudes nécessaires à la pratique de la consultation clinique par l'élaboration de dossiers clients. Il démontrera son savoir faire dans le domaine de la phytothérapie, de la micro-nutrition et de tous les secteurs liés à la naturopathie.

• Organisation de la formation

Cette formation de niveau III se déroule sur 1 année de janvier à décembre, elle comprend 12 sessions de 4 jours soit 32h par week-end prolongé.
La durée totale de cette formation est de 744 heures.
Après la validation de l'examen final, un *Diplôme Privé d'Enseignement Supérieur «Praticien de santé Naturopathe»* est délivré clôturant la Formation Professionnelle Continue.

• Public concerné

Prérequis: Certificat de Validation des Acquis «Educateur de santé».
Le C.F.A.P.S.E. est conseillé.

• Débouchés

Consultant à domicile, en privé ou en centre de santé.
Gérant dans un centre de santé.

• Programme & Dates 2014 (à déterminer)

• Le Programme détaillé

Anatomie/Physiologie/Pathologie > 112h
• Système nerveux > Neurones : conduction nerveuse et physiologie synaptique. Système nerveux périphérique. Système nerveux central. Méninges, liquide céphalo-rachidien, hémisphères cérébraux, système neurovégétatif… Appareil urinaire. Reins, vessie, uretère, urètres. Physiologie du néphron, filtration glomérulaire. Etude physico-chimique de l'urine. Régulation de l'équilibre hydrique. Physiologie de la miction…
• Endocrinologie > Rôle et mécanisme d'action des principales hormones. Etude du complexe hypothalamo-hypophysaire. Glandes surrénales, thyroïde, parathyroïdes, pancréas… Appareil reproducteur. Appareils génitaux des deux sexes : hormones, cycles, spermatogenèse, fécondation, contraception, sénescence.
Bilans biologiques et de terrain > 8h
• Visualisation d'un bilan sanguin et description de celui-ci afin de mieux connaître le terrain, les déséquilibres, les carences, les troubles associés.
Alimentation pratique et individualisation selon les tempéraments et les pathologies > 40h
• Individualisation de l'alimentation selon les tempéraments et les pathologies.
• Savoir élaborer un menu équilibré pour chaque cas et bases théoriques pour l'animation d'ateliers de cuisine biologique.
• Ateliers cuisine et transmission des notions alimentaires en naturopathie : modes de cuisson sains, cuisiner les céréales et les légumineuses, cuisiner sans gluten, équilibre acido-basique, cuisiner les sucres sains…
Phytothérapie, études de cas clinique > 24h
• Apprentissage de l'anamnèse en relation avec le savoir de la phytothérapie.

Aromathérapie, études de cas clinique > 24h
• Etablir une présentation des cas étudiés.
• Présenter les perturbations et/ou troubles du consultant et proposer les conseils adaptés.
• Définir les changements et améliorations à la fin du suivi.
• Mettre en place des protocoles de soins et des études de suivi et développement afin de participer activement au développement de l'aromathérapie.
Atelier cosmétique et huiles essentielles > 16h
• Calculer les proportions nécessaires à la fabrication d'un mélange.
• Décrire les indications et les contre-indications des huiles essentielles et de ses dérivés.
• Préparations des différentes formes admises en soins.
• Comparaison puis évaluation des différentes bases, identification des huiles essentielles adaptées au terrain du consultant.
Micro-nutrition au service de la Naturopathie > 16h
• Intérêts de la micro-nutrition à travers les différents terrains naturopathique.
• Savoir reconnaître et combler une carence en micro-nutrition.
Iridologie > 32h
• Historique et théories de l'iridologie. Topographie irienne. Plan pupillaire, plan radiaire, angle de Fuchs et reliefs iriens. Défauts iriens (radii solaris, anneaux de crampe, acide urique, acide pyruvique, acide oxalique,…).
Morphopsychologie > 8h
• Définitions et concepts, influence des indices de vitalité, la force vitale, morpho-typologie, morpho-physiologie, morphopsychologie, constitution, tempérament, diathèse.
Anamnèse naturopathique > 8h
• Savoir interpréter une anamnèse naturopathique.
Ayurvéda et lithothérapie > 48h
• Description des 7 tissus, de leurs 7 actions (excès et carences des Kalas), des 3 déchets (Malas), des systèmes corporels (les Srotas).
• Détermination des humeurs et des 8 constitutions, des maladies en fonction de ces humeurs, des cycles temporels, des saisons.
• Diagnostique par le pouls, l'abdomen et les Marmas.
• Description des 6 saveurs et des 6 éléments.
• Apprentissage du Panchakarma et des Rasayana. Thérapie par les couleurs, et par les pierres.
Soins corporels et énergétiques ayurvédiques > 64h
• Apprentissage des soins corporels pratiqués avec des huiles végétales associées à des huiles essentielles et des préparations à base de plantes médicinales.
• Mise en pratique par l'apprentissage des 7 soins corporels ayurvédiques essentiels (Abhyanga, Shirodara, Pizhichil, Takradhara…).
Initiation à la réflexologie plantaire > 16h
• Initiation à la réflexologie plantaire et à l'auriculothérapie.
Hydrologie et hydrothérapie > 24h
• Peau, émonctoires, échanges, drainages et dérivations.
• Eau froide, tiède, chaude, alternée, voie externe, interne, locale, générale.
• Douches, bains, pédiluves, maniluves, sièges, enveloppements, bouillottes, cataplasmes, injections, irrigations, instillations, douches rectales…
• Cures d'eau, notion de climatologie et de cures thermales, thalassothérapie, argilothérapie…
La médecine quantique > 24h
• Introduction à la médecine quantique, évolution générale de la cosmologie et histoire de la maladie.
• La vision cartésienne du monde et ses conséquences. Le monde quantique et les perspectives nouvelles.
• Eléments de cosmologie quantique.
Législation et déontologie professionnelle > 8h
• L'installation légale du praticien de santé.
• Protocoles administratifs et fiscaux indispensables.
• Conseils pratiques à la gestion et clés de comptabilité : « 2035 », TVA, URSSAF, assurances professionnelles, publicité.
Sortie botanique > 24h
Stage en cabinet > 56h
Evaluation des acquis par un examen final > 4h
Validation du mémoire par la soutenance > 1h

• Tarif

7 830 € les trois années au lieu de 8 700 € par remise promotionnelle d'ouverture de 10%.

La Phytothérapie

Intervenante

Karen MOUYAN *Responsable Pédagogique, Naturopathe-Nutritionniste spécialisée Physiologie & Micro-nutrition (L.P.), Hydrothérapeute, Biologie nutritionnelle & Phytothérapie, Nutripuncture, Diététicienne (BTS), Conférencière, Enseignante.*

• Niveau I

Public concerné

• Toutes personnes désireuses connaître la phytothérapie.

Objectifs

• Découvrir les plantes médicinales.
• Apprendre à les identifier.
• Savoir les utiliser sous de nombreuses formes.

Programme

• Historique de la phytothérapie.
• Les bases de dilution en gemmothérapie, les différentes formes galéniques et leurs procédés de fabrication.
• Etude des plantes médicinales par système physiologique.

Dates

• Stage de 4 jours soit 32h: du 9 au 12 juillet.

Tarif

• 360 €

• Niveau II

Public concerné

• Toutes personnes désireuses approfondir leur connaissance sur la phytothérapie.
• Le niveau I ou équivalence est demandé.

Objectifs

• Maîtriser la phytothérapie afin de pouvoir conseiller une préparation de plantes et sa posologie en fonction des troubles fonctionnels.

Programme

• Etude des indications et des contre-indications de chaque plante ainsi que les précautions d'emploi.

Dates

• Stage de 8 jours soit 64h: 7 et 8 septembre, 5 et 6 octobre, 12 et 13 novembre, 3 et 4 décembre.

Tarif

• 720 €

• Niveau III

Public concerné

• Toutes personnes souhaitant mettre en pratique la phytothérapie dans son exercice professionnel.
• Le niveau II ou équivalence est demandé.

Objectifs

• Apprendre à repérer les plantes à travers une anamnèse afin d'émettre un conseil judicieux et adapté aux besoins de la personne.

Programme

• Ateliers pratiques avec études de cas cliniques.

Dates

• Stage de 3 jours soit 24h (dates 2013): 28 janvier, 4 février, 11 février.

Tarif

• 280 €

L'Aromathérapie

Intervenant

Stéfane GRAND *Directeur, Praticien de santé Naturopathe spécialisé Phyto-Aromatologie (D.U.), Iridologie, Physiologie & Micro-nutrition (L.P.), Praticien en soins corporels ayurvédiques, Infirmier libéral (D.E.), Président de l'association Naturéa.*

• Niveau I

Public concerné

• Toutes les personnes désireuses de connaître et utiliser les huiles essentielles et hydrolats en toute sécurité.
• Les professionnels médicaux et paramédicaux souhaitant étendre leur pratique à l'aromathérapie et à l'hydrolathérapie.

Objectifs

• Découvrir le monde des huiles essentielles et hydrolats.
• Identifier les huiles essentielles et hydrolats suivant leurs principaux tropismes.
• Connaître les différentes déclinaisons d'usage d'une vingtaine d'huiles essentielles et hydrolats.

Programme

• Historique des huiles essentielles et hydrolats. Structures des plantes aromatiques, principes d'extractions.
• Propriétés physico chimiques. Normes et précautions d'emploi. Propriétés et indications de 20 huiles essentielles et hydrolats.

Dates

• Stage de 3 jours soit 24h: du 31 août au 2 septembre.

Tarif

• 280 €

• Niveau II

Public concerné

• Les professionnels de la santé (du distributeur au thérapeute) en contact avec les huiles essentielles, les hydrolats et les huiles végétales.

Objectifs

• Etre en capacité d'adapter les propriétés des huiles essentielles et des hydrolats en fonction des symptomatologies.
• Travail en fonction des disciplines (Soins généraux, Pédiatrie, Gynécologie, Dermatologie, Gérontologie, soins de fin de vie).

Programme

• Introduction des propriétés physico-chimiques des huiles végétales.
• Réintroduction des propriétés physico chimiques des huiles essentielles et hydrolats.
• Travail sur chaque discipline évoquée.

Dates

• Stage de 3 jours soit 24h: du 8 au 10 octobre.

Tarif

• 280 €

• Niveau III

Public concerné

• Les professionnels médicaux et paramédicaux.

Objectifs

• Connaître le caractère polarisé des huiles essentielles et hydrolats.
• Etre en capacité d'établir un conseil performant pour tous les types de pathologies.
• Devenir son propre moteur de recherche par l'établissement de protocoles d'études.

Programme

• Etablir le caractère polarisé des huiles essentielles et hydrolats.
• Connaître et assimiler les différents moyens d'étude et de recherche.
• Apprentissage des méthodes pour établir des protocoles, des bases de recherche...

Dates

• Stage de 3 jours soit 24h: du 19 au 21 novembre.

Tarif

• 280 €

L'Ayurvéda

Intervenant

Stéfane GRAND *Directeur, Praticien de santé Naturopathe spécialisé Phyto-Aromatologie (D.U.), Iridologie, Physiologie & Micro-nutrition (L.P.), Praticien en soins corporels ayurvédiques, Infirmier libéral (D.E.), Président de l'association Naturéa.*

• Niveau I

Public concerné

• Toutes personnes sensibles aux Médecines Traditionnelles empiriques.

Objectifs

• Connaître la cosmogonie Ayurvédique.

• Etre en capacité de définir un profil ayurvédique selon les Gunas et les Doshas.

Programme

• Historique et cosmoslogie ayurvédique.

• Apprentissage des humeurs et de leurs attributs associés.

Dates

• Stage de 2 jours soit 16h: 24 et 25 septembre.

Tarif

• 250 €

• Niveau II

Public concerné

• Toutes personnes sensibles aux Médecines Traditionnelles.

Objectifs

• Approfondissement des connaissances et capacités d'aborder les soins selon l'approche ayurvédique.

Programme

• Détermination des maladies en fonction des humeurs, diagnostic par le pouls.

Dates

• Stage de 6 jours soit 48h: du 15 au 21 juillet 2013.

Tarif

• 540 €

• Niveau III

Public concerné

• Tous thérapeutes souhaitant acquérir des aptitudes qualifiantes.

Objectifs

• Etre en capacité d'aborder une personne et de l'orienter dans une dynamique de soin ayurvédique.

Programme

• Description de l'ensemble des éléments pouvant permettre d'établir une anamnèse fiable et un schéma thérapeutique cohérent.

Dates

• Stage de 6 jours soit 48h: du 14 au 20 juillet 2014.

Tarif

• 540 €

L'Alimentation saine & Cuisine biologique

Intervenante

Carole PROST *Responsable Communication, Naturopathe, Formatrice en Cuisine saine & bio, Conférencière sur la Santé Naturelle et la Nutrition, Auteur du «Memento naturopathique de la grossesse».*

Public concerné

• Les professionnels des métiers de bouche.

• Les personnes souhaitant se former pour animer des ateliers de cuisine biologique.

Objectifs

• Permettre de valoriser votre cuisine en mettant en avant l'aspect nutritionnel, l'équilibre alimentaire et le respect de la saisonnalité.

• Apprendre à cuisiner avec des produits biologiques et à gérer votre approvisionnement en produits locaux.

• Transmettre un savoir faire en cuisine biologique et saine.

Programme

Chaque journée se déroule en 2 parties :

• Une partie théorique sur un thème spécifique (les cuissons, les céréales et légumineuses, la cuisine sans gluten…).

• Une partie pratique où de nombreux conseils techniques vous sont délivrés.

Dates

• Stage de 5 jours soit 40h d'explications et de conseils techniques:

Vendredi 10 février, de 9h00 à 17h30

Présentation de *l'agriculture biologique* et des différents cahiers des charges. Bases de physiologie de la digestion. L'équilibre alimentaire au quotidien et composition des aliments. Menu type pour respecter les apports nutritionnels. Nutrition, les glucides complexes. Les ingrédients de bases utilisés en cuisine bio : *les céréales.*

Etude des différents *modes de cuisson* pour respecter la qualité des aliments sans nuire à la santé.

Vendredi 16 mars, de 9h00 à 17h30

Nutrition : *les acides gras ;* qualités, sources, besoins nutritionnels et utilisations en cuisine bio. Les ingrédients de bases utilisés en cuisine bio : les huiles et graisses végétales. Connaître les techniques relatives à la fabrication des huiles végétales. Constitution de fiches techniques sur les huiles végétales.

De la production à la transformation, connaître *les circuits d'approvisionnement locaux* et choisir ses fournisseurs. Etablir *la liste des courses* pour un atelier cuisine ou un repas en restauration.

Vendredi 06 avril, de 9h00 à 17h30

Approvisionnement dans un magasin bio pour la réalisation du menu du jour.

Nutrition : *les protéines végétales et animales*, besoins, qualité, fréquence de consommation. Equilibrer les apports entre les différentes sources. Les ingrédients de bases utilisés en cuisine bio : *les légumineuses, le soja et ses dérivés, les oléagineux. Les sauces* en cuisine bio, utilisation des purées d'oléagineux.

Equilibrer son budget selon le choix des ingrédients en respectant les besoins nutritionnels de base.

Vendredi 25 mai, de 9h00 à 17h30

Nutrition : *les glucides simples*, composition, rôle, sources, qualités. Notions *d'index glycémique* des aliments. Les ingrédients de bases utilisés en cuisine bio : *les sucres* naturels et leurs utilisations en cuisine bio.

Nutrition : *les fibres* dans l'alimentation, rôle, sources et qualité. Clés d'assimilation. Les ingrédients de bases utilisés en cuisine bio : *fruits, légumes, graines germées, plantes sauvages et aromatiques* en cuisine.

Vendredi 22 juin, de 9h00 à 17h30

Nutrition : *allergies et intolérances alimentaires*. Connaître la différence, les mécanismes et les contraintes liées aux régimes spécifiques. Les ingrédients de bases utilisés en cuisine bio : les produits naturellement *sans gluten* et leurs utilisations. *Les boissons végétales* et les alternatives aux laits animaux.

Cuisine exotique : *les épices* et leurs vertus pour la santé, utilisations en cuisine. *Cuisson au wok.*

Synthèse des 5 journées : échanges, QCM et bilan d'évaluation (établir un menu, liste des courses, approvisionnement, respect de l'équilibre nutritionnel et budgétaire ainsi que des associations alimentaires).

Tarif

• Pour les particuliers: 750 €

• Pour les professionnel: 1 200 € H.T.

L'Iridologie

Intervenant

Stéfane GRAND *Directeur, Praticien de santé Naturopathe spécialisé Phyto-Aromatologie (D.U.), Iridologie, Physiologie & Micro-nutrition (L.P.), Praticien en soins corporels ayurvédiques, Infirmier libéral (D.E.), Président de l'association Naturéa.*

Public concerné

• Tous thérapeutes souhaitant aborder un bilan de santé.

Objectifs

• Aborder l'anamnèse d'un client au travers de l'interprétation irienne.

Programme

• Historique et description de la topographie irienne et de ses défauts (théorie et pratique).

Dates

• Stage de 4 jours soit 32h : du 10 au 13 septembre.

Tarif

• 680 €

Les bases de la Chronobiologie adaptées à la Naturopathie

Intervenante

Karen MOUYAN *Responsable Pédagogique, Naturopathe-Nutritionniste spécialisée Physiologie & Micro-nutrition (L.P.), Hydrothérapeute, Biologie nutritionnelle & Phytothérapie, Nutripuncture, Diététicienne (BTS), Conférencière, Enseignante.*

Public concerné

• Toutes personnes désireuses connaître les bases de la Chronobiologie adaptées à la naturopathie.

Objectifs

• Etude des bases de la Chronobiologie alimentaire et de l'équilibre alimentaire en tenant compte de l'activité des organes et des réactions du corps.

Programme

• La chronobiologie alimentaire, adapte l'alimentation à l'horloge biologique. En tenant compte de l'activité des organes et des réactions du corps, la chronobiologie préconise la consommation d'aliments à des moments précis de la journée. Ce n'est pas un régime, mais une autre façon de s'alimenter. Ce mode alimentaire, nous permet de ne pas être fatiguée, de ne pas grossir voir perdre du poids s'il y a un surplus sans avoir la sensation ni de faim ni de frustration.

Date

• Stage à la journée soit 8h: 11 juin.

Tarif

• 90 €

La Cuisine à thème

Intervenante

Carole PROST *Responsable Communication, Naturopathe, Formatrice en Cuisine saine & bio, Conférencière sur la Santé Naturelle et la Nutrition, Auteur du «Memento naturopathique de la grossesse».*

Public concerné

• Tout public sans connaissances préalables.

Objectifs

• Vous familiariser à l'équilibre alimentaire et aux bases de la naturopathie pour une mise en pratique au quotidien.

Programme

Chaque atelier se déroule en 3 temps :

- Un cours théorique sur le thème concerné.
- Préparation des plats accompagnés de conseils techniques sur l'utilisation des aliments spécifiques de la cuisine biologique et produits locaux.
- Dégustation des plats.

Dates & Thèmes

• Stage en matinée ou en soirée soit 4h d'explications et de conseils personnalisés:

Jeudi 19 janvier de 17h30 à 21h30 : **« Les bases de la cuisine saine »**

Apprendre à équilibrer ses repas au quotidien en utilisant des produits bio de qualité. Connaître les associations alimentaires pour allier santé et vitalité.

Lundi 27 février de 10h00 à 14h00 : **« Energétique de l'hiver »**

Connaître et utiliser les « super aliments » pour préserver sa santé : graines germées, légumes lacto-fermentés… Constituer une « pharmacie » alimentaire pour lutter contre les affections hivernales.

Jeudi 8 mars de 17h30 à 21h30 : **« Détox et cures de printemps »**

Apprendre à utiliser les plantes qui favorisent la détoxification. Trouver la cure la plus adaptée à vos besoins : minceur, drainage,…

Lundi 23 avril de 10h00 à 14h00 : **« L'équilibre acido-basique »**

Connaître les grands principes de l'équilibre acido-basique et les conséquences d'un terrain acide. Trouver des solutions grâce à l'alimentation.

Vendredi 11 mai de 10h00 à 14h00 : **« La cuisine anti-âge »**

Comprendre le phénomène d'oxydation cellulaire et connaître les moyens de ralentir les processus de vieillissement. Cuisiner les meilleures sources alimentaires d'anti-oxydants pour conserver sa jeunesse au naturel !

Jeudi 14 juin de 17h30 à 21h30 : **« Les saveurs du monde »**

Découvrir les saveurs et vertus des épices en cuisine. Savoir les utiliser dans les repas du quotidien. Réalisation d'un buffet bio inspiré des cuisines du monde.

Vendredi 14 septembre de 10h00 à 14h00 : **« Les protéines végétales »**

A quoi servent les protéines ? Connaître leur rôle, leur fonction et les risques de carence ou d'excès. Quelles sources choisir pour conserver un bon équilibre ?

Jeudi 18 octobre de 17h30 à 21h30 : **« Les intolérances alimentaires »**

Comprendre la différence entre l'allergie et l'intolérance alimentaire. Connaître les mécanismes et les méthodes de test. Solutions alternatives en naturopathie et en cuisine.

Lundi 12 novembre de 10h00 à 14h00 : **« Des graisses dans nos assiettes »**

Le rôle et les fonctions des acides gras pour la santé. Savoir utiliser les vertus des graisses dans l'alimentation : qualité, dosages, variétés pour se protéger au quotidien et maintenir un bon équilibre nutritionnel. Dégustation de 5 huiles « gourmet et vitalité ».

Vendredi 14 décembre de 10h00 à 14h00 : **« Cuisine de fêtes, saine et gourmande »**

Le sens de la fête autrefois et aujourd'hui. Connaître les dangers d'une alimentation trop riche en produits sucrés. Alternatives en cuisine pour des desserts de qualité et bons pour la santé. Réalisation d'un menu de fêtes.

Tarif

• 45 €

Les bases pratiques de la Naturopathie au quotidien

Intervenants

Carole PROST *Responsable Communication, Naturopathe, Formatrice en Cuisine saine & bio, Conférencière sur la Santé Naturelle et la Nutrition, Auteur du «Memento naturopathique de la grossesse».*

Karen MOUYAN *Responsable Pédagogique, Naturopathe-Nutritionniste spécialisée Physiologie & Micro-nutrition (L.P.), Hydrothérapeute, Biologie nutritionnelle & Phytothérapie, Nutripuncture, Diététicienne (BTS), Conférencière, Enseignante.*

Stéfane GRAND *Directeur, Praticien de santé Naturopathe spécialisé Phyto-Aromatologie (D.U.), Iridologie, Physiologie & Micro-nutrition (L.P.), Praticien en soins corporels ayurvédiques, Infirmier libéral (D.E.), Président de l'association Naturéa.*

Public concerné

• Tout public sans connaissances préalables.

Objectifs

• Découvrir les bases de la naturopathie pour une application au quotidien dans une ambiance conviviale.

• Alimentation et nutrition, pharmacie naturelle, compléments alimentaires pour les cures saisonnières, équilibre féminin, hygiène de vie de l'enfant…

Programme

• Conférences à thèmes avec buffet dinatoire biologique.

Dates & Thèmes

• 4 soirées avec buffet dînatoire soit 4h d'explications et de conseils autour de la Naturopathie :

Jeudi 9 février à partir de 19h00 **« Utiliser les huiles essentielles au quotidien »**

Quelles huiles diffuser pour se prémunir des maladies hivernales ? Stéfane Grand, aromatologue vous transmettra les règles de base pour une bonne utilisation des huiles essentielles dans le cadre familial. La qualité de vos huiles essentielles, le massage familial et la prise par voie orale. Vous repartirez avec une fiche « *Trousse d'urgence : les 10 huiles vraiment essentielles ».*

Jeudi 8 mars à partir de 19h00 **« L'art de bien manger accessible à tous »**

Que signifie vraiment bien manger ? Carole Prost vous donnera les bases d'une alimentation équilibrée au quotidien. Des principes simples, applicables par tous pour apprendre à bien se nourrir sans dépenser plus !

Jeudi 5 avril à partir de 19h00 **« Le pharmacie familiale naturelle »**

Comment se constituer une pharmacie naturelle pour palier aux petits « bobos » du quotidien ? Karen Mouyan et Carole Prost vous donneront de nombreux conseils pour changer progressivement vos habitudes avec des produits de phytothérapie ou des compléments naturels qui ont fait leurs preuves. Un mode d'emploi et une fiche technique vous seront remis à la fin de la soirée.

Jeudi 3 mai à partir de 19h00 **« L'activité physique pour une bonne santé : bougez, respirez ! »**

Il n'est pas nécessaire d'être un grand sportif pour pratiquer une activité physique saine et efficace. Stéfane Grand et Karen Mouyan vous donneront les bases des techniques respiratoires et posturales pour un bien-être au quotidien. Une fiche technique sur les besoins en alimentation et micro-nutrition vous seront remis pour la pratique d'une activité physique.

Tarif

• 160 € les 4 soirées avec buffet dînatoire

L’Archéocosmétique & l’Olfactologie

Intervenants

Carole PROST *Responsable Communication, Naturopathe, Formatrice en Cuisine saine & bio, Conférencière sur la Santé Naturelle et la Nutrition, Auteur du «Memento naturopathique de la grossesse».*

Stéfane GRAND *Directeur, Praticien de santé Naturopathe spécialisé Phyto-Aromatologie (D.U.), Iridologie, Physiologie & Micro-nutrition (L.P.), Praticien en soins corporels ayurvédiques, Infirmier libéral (D.E.), Président de l’association Naturéa.*

• Niveau I: Théorie

Public concerné

• Tout public sans connaissances préalables.

Objectifs

• Découvrir le monde de la beauté au naturel.

Programme

• Découvrir l’histoire de la cosmétique, l’origine et les vertus des substances utilisées pour la fabrication de produits cosmétiques maison dans des conditions optimales.

• Acquérir des notions d’olfactologie et son influence sur le cerveau et le bien-être.

Dates

• Stage de 2 jours soit 16h: 24 et 25 juin.

Tarif

• 180 €

• Niveau II: Pratique

Public concerné

• Tout public sans connaissances préalables.

Objectifs

• Découvrir le monde de la beauté au naturel par des réalisations pratiques.

Programme

• Réalisation pratique de recettes de base (baume, onguent, crème…) et de recettes plus élaborées adaptées à vos besoins, votre personnalité et votre type de peau pour un usage cosmétique ou thérapeutique.

Dates

• Stage de 2 jours soit 16h: 14 et 15 janvier 2013.

Tarif

• 190 €

Les Fleurs du Dr Bach

Intervenante

Carole PROST *Responsable Communication, Naturopathe, Formatrice en Cuisine saine & bio, Conférencière sur la Santé Naturelle et la Nutrition, Auteur du «Memento naturopathique de la grossesse».*

Public concerné

• Tout public sans connaissances préalables.

Objectifs

• Favoriser une meilleure gestion émotionnelle grâce à l’utilisation des fleurs de Bach à partir d’exemples concrets.

Programme

• Améliorer vos capacités de communication en découvrant les 38 fleurs de Bach et leurs utilisations au quotidien.

• Intégrer la philosophie du Dr Bach, les 7 groupes d’émotions et les méthodes de préparation des élixirs.

Dates

• Stage de 3 jours soit 24h: du 23 au 25 mars.

Tarif

• 280 €

La Réflexologie plantaire

Intervenante

Karen MOUYAN *Responsable Pédagogique, Naturopathe-Nutritionniste spécialisée Physiologie & Micro-nutrition (L.P.), Hydrothérapeute, Biologie nutritionnelle & Phytothérapie, Nutripuncture, Diététicienne (BTS), Conférencière, Enseignante.*

Public concerné

• Toutes les personnes désireuses connaître les base des techniques réflexes, aucun pré-requis n'est demandé.

Objectifs

• Pratiquer une séance en réflexologie plantaire.

Programme

• Aborder les points réflexes (repérés et ressentis) mais également les différentes méthodes de modelage des pieds ainsi que le déroulement d'une séance complète.

Dates

• Stage de 2 jours soit 16h: 12 et 13 octobre.

Tarif

• 180 €

Informations pratiques

Déroulement des formations

• L'enseignement des cours se déroulent dans les locaux de Natur'Alpes.
• A réception et validation du dossier complet, Natur'Alpes se réserve le droit de convoquer le stagiaire à un entretien préalable avant l'admission à la formation et de refuser sa candidature sans justification.
• Tout dossier incomplet ne sera pas pris en compte.
• Le stagiaire ayant effectué un ou plusieurs modules dans un délai de 5 ans sera en capacité d'intégrer la formation professionnelle continue après un entretien préalable et la validation des acquis des modules déjà effectués.
• Natur'Alpes se réserve le droit de modifier ou de reporter une formation en cas de force majeur.
• En cas d'absence du stagiaire, le cours manqué sera reporté lors de la session suivante.
• Tous supports écrits, visuels et enregistrements sonores sont propriétés de Natur'Alpes.
• Toute reproduction de ses supports est interdite. Les frais de dossier sont définitivement acquis à Natur'Alpes.
• Le Certificat et le Diplôme Privé d'Enseignement Supérieur ne sont pas des Diplômes d'Etat et ne permettent en aucun cas à l'étudiant de prescrire des médicaments ou d'établir des diagnostics de maladies.

Tarifs & Modalités de paiement

• Le tarif de formation ne comprend pas les frais de restauration, d'hébergement et de transport.
• Selon l'indice du coût de la vie, les tarifs de formation peuvent être révisés chaque année.
• Des facilités de paiement sont accordées sur demande.
• Tous les chèques doivent être libellés à l'ordre de Natur'Alpes SARL.

Renseignements & Inscriptions

Pour tout renseignement, vous pouvez nous contacter par:
• **Téléphone** en composant le **06 37 50 57 41** (permanence téléphonique MJV 14h00-18h00)
• **Mail** contact@ecole-naturalpes.com
• **Adresse postale** 18, boulevard du Port aux Filles - 73100 Aix les Bains

Vous pouvez également consulter notre site internet **www.ecole-naturalpes.com** et télécharger les bulletins d'inscription dès leur mise en ligne.



INSTITUT FRANÇAIS DE NATUROPATHIE APPLIQUÉE
Enseignement Privé

18, boulevard du Port aux Filles
73100 Aix-les-Bains

Permanence téléphonique : MJV 14h-18h > 06 37 50 57 41
contact@ecole-naturalpes.com - www.ecole-naturalpes.com

SARL enregistrée au RCS CHAMBERY - N° Siret 533 880 969 000 19 - Code NAF : 8559B